

» Ich höre auch mit
dem Herzen zu.Asita Ghanai-Rall
Psychoonkologin Marienhospital Stuttgart„WARUM GERADE ICH? – DAS IST EINE
FRAGE, DIE ICH OFT HÖRE.“

Eine Krebserkrankung ist in der Regel von vielfältigen Gefühlen begleitet. Das können Angst, Traurigkeit, Enttäuschung, aber auch Wut sein. Auf den Palliativstationen des Marienhospitals stehen Psychoonkologinnen den Patientinnen und Patienten bei Bedarf zur Seite. Asita Ghanai-Rall ist eine von ihnen. Im Interview berichtet sie, wie sie arbeitet.

Frau Ghanai-Rall, wenn Sie das Zimmer einer Patientin oder eines Patienten zum ersten Mal betreten, was ist Ihnen da wichtig?

Jeder Mensch ist anders. Deshalb ist es mir zunächst wichtig zu verstehen, wo mein Gegenüber gerade steht. Was belastet sie oder ihn? Welche Kraftquellen gibt es? Was hat dieses Leben geprägt? Interesse, Einfühlungsvermögen, Unvoreingenommenheit, Wertschätzung und Authentizität sind Werte, die in meiner Arbeit sehr wichtig sind. Wenn ich einen Menschen verstehen will, höre ich nicht nur mit den Ohren, sondern auch mit dem Herzen zu. Ich frage oft: Was ist für Sie im Moment das Wichtigste? Dann überlegen wir gemeinsam, wie eine Unterstützung aussehen kann.

Wie entscheiden Sie, zu wem Sie gehen?

Das Angebot auf den Palliativstationen steht für alle offen. Im Gespräch wird nach den jeweiligen Unterstützungsbedürfnissen gefragt, auf Wunsch werden auch gerne die Angehörigen einbezogen. Dies ist ein sehr wichtiger Teil meiner Tätigkeit. Bei der Begleitung der Patientinnen und Patienten habe ich viel Gestaltungsfreiraum. So kann ich ein einzelnes Gespräch führen, auf Wunsch aber auch regelmäßig Kontakt aufnehmen. Im interdisziplinären Team arbeiten wir eng verzahnt miteinander.

Gibt es ein Thema, das Ihre Patientinnen und Patienten häufig beschäftigt?

Wir alle wissen, dass wir nicht unverletzbar sind, trotzdem kann uns eine schwere fortgeschrittene Erkrankung buchstäblich den Boden unter den Füßen wegreißen. Es gibt immer wieder Patientinnen und Patienten, die mit ihrem Schicksal hadern. „Warum gerade ich?“, das ist eine Frage, die ich oft höre.



Angst spielt in den Gesprächen vermutlich eine zentrale Rolle?

Ja, das stimmt. Wobei Angst unterschiedliche Gründe haben kann. Viele haben Sorge, ihre Liebsten verlassen zu müssen. Manche haben Angst, ihre Selbständigkeit zu verlieren und Hilfe anzunehmen. Auch der Gedanke an das Sterben an sich kann Angst auslösen. Manche Patientinnen und Patienten sind unruhig, weil sie wichtige Dinge im Leben nicht abgeschlossen haben oder noch Frieden mit jemandem schließen möchten. Dabei sind Gedanken, Gefühle und körperliche Empfindungen im Spiel, die sich gegenseitig anstoßen und die Angst verstärken können.

Fortsetzung Folgeseite

Geist der
Achtsamkeit

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Freundinnen und Freunde
des Palliativfördervereins!

Das nebenstehende Gespräch mit Frau Ghanai-Rall, die als Psychoonkologin auf unserer Palliativstation arbeitet, vermittelt, was die Arbeit auf der Station so erfüllend macht und warum auch ich mich so gerne hier engagiere.

Es ist mehr als die gute und freundschaftliche Atmosphäre im Team aus Ärzten und Ärztinnen, Pflegekräften, SeelsorgerInnen und TherapeutInnen.

Es ist auch die Zeit und die Ruhe, in der die Arbeit auf der Station und die Begegnungen mit Patientinnen und Patienten geschehen können. Und es ist ein Geist des Hinschauens und der Achtsamkeit, die das Miteinander prägen.

Frau Ghanai-Rall berichtet davon, wie wichtig es ist, in Momenten der Verzagtheit die Wahrnehmung auf schöne Aspekte unseres immer auch an Glück und Freuden reichen Lebens zu richten.

Schon von Geburt an sind unsere Tage gezählt. Worauf es aber immer wieder ankommt ist, was wir im Jetzt damit anfangen. Und das gilt bis in unsere letzten Stunden.

Mit herzlichem Gruß,

Ihre

Schwester Arntraud Krieger
Stellvertretende Vorsitzende Palliativförderverein,
Oberin Konvent der Barmherzigen Schwestern
im Marienhospital Stuttgart

SEPA-Überweisung/Zahlschein

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts		BIC	
Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)			
Palliativverein am Marienhospital Stuttgart			
IBAN			
DE61600501010001260540			
BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)			
SOLADEST600			
Betrag: Euro, Cent			
Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen)		ggf. Stichwort	
		NLH21	
PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)			
		BLH21	
Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)			
IBAN	Prüfzahl	Bankleitzahl des Kontoinhabers	Kontonummer (rechtsbündig ggf. mit Nullen auffüllen)
Datum		Unterschrift(en)	

Beleg/Quittung für den Kontoinhaber

Konto-Nr. des Kontoinhabers

Empfänger

Palliativverein am
Marienhospital Stuttgart
IBAN: DE61600501010001260540
BIC: SOLADEST600

Verwendungszweck
Palliativstation am
MHS Stuttgart

Euro

Datum

Bis 200 Euro erkennt das Finanzamt den abgestempelten Beleg als Spendenbescheinigung an. **Bitte tragen Sie auf dem Überweisungsträger Ihren Namen und Ihre Adresse ein.**

Herzlichen Dank für
Ihre Spende!

Ihr Engagement kommt den Patientinnen und Patienten der Palliativstation im Marienhospital zugute. Mit Ihrer Hilfe ermöglichen Sie zusätzliches Personal in der Pflege, wichtige Hilfsmittel und ergänzende Therapien! Vielen Dank!

Selbstverständlich ist Ihre Spende steuerlich anerkannt – eine Spendenquittung geht Ihnen zeitnah zu.

SPENDE



Das Foto oben zeigt nur einen Teil unserer insgesamt 52 Kolleginnen und Kollegen.

Wie können Sie als Psychoonkologin helfen?

Das richtet sich nach den individuellen Bedürfnissen. Um Gedanken, die mit Angst verbunden sind, auszusprechen, braucht man ein vertrauensvolles Gegenüber. Neben Gesprächen über Gefühle, Gedanken und das persönliche Erleben kann es auch um eine Lebensrückschau gehen. Ich arbeite unter anderem mit Entspannungs-, Achtsamkeits- und Atemübungen. Häufig biete ich auch eine Phantasiereise an. Hilfreich kann es sein, den Fokus auf schöne Ereignisse und Erinnerungen zu richten. Kleine Dinge und Freuden können oft viel bewirken. Gerne frage ich auch nach offenen Wünschen, um gemeinsam zu überlegen, wie diese noch erfüllt werden können. Es gibt auch Anliegen, in denen konkretes Handeln möglich ist.

Wie können solche konkreten Wünsche aussehen?

Ein Patient war zum Beispiel sehr besorgt, was nach seinem Tod aus seinem Hund wird. Ein anderer wollte seine geliebte Briefmarkensammlung weitergeben. Gemeinsam mit den Angehörigen wurden gute Lösungen gefunden, was zu einer Erleichterung bei beiden Patienten führte.

Weshalb haben Sie sich für die Fachrichtung Psychoonkologie entschieden?

Ich habe vor meinem Psychologiestudium als Krankenschwester in der Onkologie gearbeitet. Auf der Station hatten wir einen sehr herzlichen Umgang sowohl untereinander als auch mit den Patientinnen und Patienten. Es fehlte jedoch oft die Zeit, länger in den Zimmern zu bleiben, um intensivere Gespräche zu führen. Diesem Bedürfnis nachzugehen und mein grundsätzliches Interesse am Menschen an sich, waren wichtige Motive, weshalb ich Psychologie studiert habe.

Was unterscheidet Ihre Arbeit von der der Stations-Seelsorgerin?

Mein Fokus liegt auf den Gedanken und Gefühlen und dem Erleben. Zur Unterstützung der Krankheitsbewältigung arbeiten wir mit psychotherapeutischen Methoden. Spirituelle Themen sind auch ein wichtiger Bestandteil, da gibt es Überschneidungen. Ich bete jedoch nicht mit den Patientinnen und Patienten.

Sprechen Sie auch mit Angehörigen?

Ja, das ist mir sogar sehr wichtig. Angehörige sind oft extrem belastet und benötigen ebenso Unterstützung. Zudem bin ich der Überzeugung, dass ich durch Angehörigengespräche meine Patientinnen und Patienten besser verstehen kann.

Was gefällt Ihnen an den Palliativstationen im Marienhospital?

Wir sind ein interdisziplinäres Team, das sehr offen, freundlich und wertschätzend zusammenarbeitet. Das tut allen gut – auch den Patientinnen und Patienten. Die Räumlichkeiten sind sehr schön und hell gestaltet. Besonders freut mich, dass auf unserer Station auch immer wieder gelacht wird. Wenn es um Lebensqualität geht, ist Humor auch eine überaus wertvolle Ressource.



Asita Ghanai-Rall,

wurde in Leverkusen geboren. Sie hat persische Wurzeln. Nach einer Ausbildung zur Krankenschwester studierte sie Psychologie. Nach dem Studium folgten Weiterbildungen in systemischer Therapie und Beratung, Psychoonkologie und Palliative Care. Seit 2017 gehört sie zusammen mit ihren Kolleginnen zum Team der Palliativstationen. Daneben ist sie auch auf anderen Stationen im Haus tätig. Asita Ghanai-Rall ist verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder.



18.11.2021, Marienhospital

Trauer und Trost

Der Schauspieler und Dokumentarfilmproduzent Walter Sittler lebt in Stuttgart. Er begleitet die für die Palliativstation und ihre UnterstützerInnen ins Leben gerufene Veranstaltungsreihe „Für die letzten Dinge sorgen“.

Am 18. November 2021 ist die nächste Veranstaltung im Marienhospital geplant. Vor einem Publikum der Genesenen, Geimpften und Getesteten begrüßt Walter Sittler die Trauerpädagogin Christine Dehlinger. Thema der Veranstaltung wird der Umgang mit Trauern, Trauernden und Trauerbegleitung sein. Eine Einladung erfolgt rechtzeitig.



Verein zur Förderung der Palliativmedizin im Marienhospital Stuttgart e.V.

Böheimstraße 37, 70199 Stuttgart
Telefon: 0711 6489-3430
Fax: 0711 6489-843430
palliativverein@vinzenz.de

www.palliativ-stuttgart.de

MEIN TESTAMENT KANN GUTES BEWIRKEN

Mehr und mehr Menschen bedenken die Palliativstation am Marienhospital auch in ihrem Testament. Die letzten beiden Jahre sind daher tatsächlich insgesamt rund 250.000 Euro an finanziellen Verfügungen oder auch aus Anteilen an Verkäufen von Eigentum zusammengekommen.

Warum berücksichtigen viele die Palliativstation in ihrem letzten Willen? Zum Teil hängt das sicherlich damit zusammen, dass die Menschen wissen, dass viele Leistungen der Station noch immer nicht kassenfinanziert sind und nur rein spendenabhängig erbracht werden können (siehe auch die Informationen im nebenstehenden Kasten rechts oben).

Manche von ihnen haben die segensreichen Wirkungen der Palliativversorgung aber auch am eigenen Leib oder bei Angehörigen oder Freunden erfahren und wollen, dass diese so wichtigen lindernden und erleichternden therapeutischen Maßnahmen auch anderen zugute kommen.



Denn was viele noch immer nicht wissen: Gut die Hälfte der PatientInnen verlassen nach einer Neu-Einstellung ihrer Medikamentierung die Station wieder, um wieder zu Hause zu leben.

Vorrangiges Ziel der Arbeit auf der Palliativstation ist es, den Patientinnen und Patienten möglichst viel Lebensqualität zurückzugeben – damit sie diese Lebensqualität idealerweise auch zu Hause beibehalten können.

SPENDENKONTEN

Als Bankverbindungen stehen Ihnen zur Verfügung:

Schwäbische Bank

IBAN: DE81 6002 0100 0000 0023 95
BIC: SCHWDESS

BW-Bank

IBAN: DE61 6005 0101 0001 2605 40
BIC: SOLADEST

Liga Bank

IBAN: DE85 7509 0300 0006 4975 94
BIC: GENODEF1M05

Unabhängig von der Höhe Ihrer Spende erhalten Sie unaufgefordert eine Spendenquittung.

Bitte dafür Ihre Adresse nicht vergessen. Danke!

Vielen Dank
für Ihre
Spende!

Schwester Artraud Krieger

Stellvertretende Vorsitzende Palliativförderverein,
Oberin Konvent der Barmherzigen
Schwestern im Marienhospital Stuttgart